

DUNATOX
ROVAR- ÉS RÁGCSÁLÓIRTÁS



Tel.: 06 30 343 3155
e-mail: megrendeles@dunatox.hu
www.dunatox.hu

Megrendelés: bol@mapking.hu, vagy telefonon: 221-9707, vagy személyesen a TERKEPKIRALY Szaküzletben: **Címünk megváltozott: BUDAPEST VI. Ó UTCA 3.**
Nyitva: H-P: 10:00-18:30-ig • december 9-től 23-ig MINDEN NAP NYITVA!

APA (IS) CSAK 1 VAN!

Sztárapukák kerekasztal beszélgetése is színesíti a programot a BabaMama és KidExpón.

(2. oldal)



MÁTYÁSFÖLD LAKÓPARK



BERUHÁZÓ: ÚJ ZÖLDHÁZAK KFT.

BEKÖLTÖZHETŐ 110 m²-es LAKÁSOK
garázzsal, önálló kerttel,
csendes környezetben,
a XVI. kerület Ajak u. 2-ben **ELADÓK!**

2 SZINTES LAKÁSOK:
110 m² + terasz +
erkély + garázs

*Minden lakáshoz tartozik:
saját helyrajzi szám,
kizárólagos kertész*



Használatbavételi engedéllyel,
önálló helyrajzi számmal.

ÉRTÉKESÍTÉSI INFORMÁCIÓ A HELYSZÍNEEN:
1165 Budapest, Ajak u. 2. T.: 0630/581-1235
www.matyasfoldlakopark.hu - ujzoldhazak@gmail.com



**„Aki hozzám fordul,
annak örömmel segítek”**

Dér Heni élete cseppet sem unalmas. A rengeteg fellépés és munka mellett most új területen próbálja ki magát, elindított egy életmódprogramot.

4. oldal

www.szuperinfo.hu

HONLAPUNKON
a nap 24 órájában
feladhatja
hirdetését interneten!

Az Eures Kft. felvételt hirdet a következő pozíciókban
(ahová MEGVÁLTOZOTT MUNKAKÉPESSÉGŰ
és NYUGDÍJAS pályázók jelentkezését is várjuk):

Munkaidő: napi 8, heti 5 nap, HÉTVEGÉN IS,
Helyszín: Budapest VIII. ker. kórházi főzőkonyha

**KONYHAI KISEGÍTŐ (6:00-14:20),
SZAKÁCSOT (6:00-14:20),
FEHÉRMOSOGATÓ (12:00-20:20),
FEKETEMOSOGATÓ (7:00-15:20),
BELSŐ SZÁLLÍTÓ MUNKÁS (5:00-13:20)**
(nem gépkocsi vezető)

Amit kínálunk:
• támogatott meleg étkezés, munkaruha • fizetett szabadság, korrekt bérézés
• Munka törvénykönyve szerinti foglalkoztatás • összetartó csapat, barátságos vezető • bejelentett munkahely • kiszámítható munkarend • szakmai fejlődési lehetőség.

Jelentkezését: zsusza.branovics@eures.hu
Telefonon: H-P 8:00-15:00-ig: 06-1-314-1638

AZ ÖVÖN ALULI TISZTASÁG ÉRZÉSE!



BIDÉT ÁTALAKÍTÁS NÉLKÜL!
TOILETTE NETT®
bidé funkciós WC-ülőke
INTEREX KFT.
www.interex.hu
interex@interex.hu
ANTIBAKTERIÁLIS kivitelben is!

KERESSE A FÜRDŐSZOBA SZAKÜZLETEKBEN!

ABLAK SPECIALISTA

RÉGI ABLAKAIT
rendberakjuk
bontás nélkül!
hőtechnikai
mechanikai
felújítás!

- Hőszigetelt
üveg csere
- Szigetelés
- Pászítás
- Zár csere

**Energia megtakarítás 20-30%
Ingyenes felmérés!**
Gácsi Zoltán
20/451-1346
Hívjon bizalommal!
www.faaablakmester.hu

facebook
Kövess minket
a Facebook-on is!

www.facebook.com/szuperinfobudapest

SZUPERinfó

Termelői Magyar Méz
Marci bácsi méhészte

Akácsméz:	2.400 Ft
Vegyesméz:	1.550 Ft
Hársméz:	2.300 Ft
Selyemfű méz:	1.750 Ft
Napraforgó méz:	1.550 Ft
Repceméz:	1.650 Ft

0,971 kg-os üvegekben

Aktuális AKCIÓNK:
Lépes méz, a tiszta akácmezzel egy árban!
0,25 kg -os üvegekben,
600 Ft/db.
Egészséges csemege és ajándéknak is kitűnő!
Közeleg a Mikulás!

Rendeljen mézet a termelőtől!
www.termeloimagyarmez.hu
06-30/587-5950 • 1/409-1481
Ingyenes házhozszállítás!*

* Budapest és néhány környező településen, 5 000 Ft feletti rendelés esetén. Részletek: termeloimagyarmez.hu

AJÁNDÉKTÁRGYAK A VILÁG MINDEN RÉSZÉBŐL!
FIGYELJE NAPONTA A HONLAPUNKAT: www.terkepkiroy.hu

Karácsonyi ajánlat
a TÉRKÉPKIRALYTÓL

Aktuális



Elkészült a Vízipók-csodapók című tűzfalfestmény Józsefvárosban

A gigantikus falfestmény két hónap alatt készült el, mivel a 350 m²-es tűzfalat előzetesen hőszigetelték, ezt követően került fel rá a népszerű rajzfilmsorozat ihlette murális alkotás. A falon 50 szín és 300 liter festék köszön vissza.

Apa (is) csak 1 van!

■ Sztárapukák kerekasztal beszélgetése, babaválasztási tanácsadás, pocak henna, influencer anyukák közönségtalálkozója, több száz játékdíj, izgalmas edukációs és élményprogramok, profi szakemberek és ingyenes tanácsadások várnak minden érdeklődőt november 22-24. között a BabaMama és KidExpón.

szakértői segítséget, de dietetikus és gyermekszemész is rendelkezésre áll. Alkalmunk nyílik a sokszor tabutémának számító szülői kétségek átbeszélésére hozzáértő pszichológus közreműködésével, téma lesz a tanulási nehézségek kezelése, de az iskolaérettség, élménypedagógia, mentálhigiéne és érzelmi fejlesztés témakörében is lesz hová fordulni.

A rendezvényen technológiai innovációkat is ki lehet

próbálni: az újdonságokért rajongó szülőknek testközelből szemügyre vehetik a pilanatok alatt összecuszkható babakocsit, az okostelefonnal szinkronizálható autósülést és az alvásszabályozó babafolyót. A hozzátáplálást segítő konyhai gépektől kezdve a biztonságot elősegítő okoseszközök mellett, kint lesznek az ősejtbankok és a természetes kozmetikumok, biotermégyártók legfontosabb képviselői is.

A rendezvény idejére egy különleges, több ezer négyzetméteres játszó- és tanácsadó térre változik át a Budapest Aréna, ahol várandósok, kisbabások és kisgyerekek kérdései, mosolya, beszélgetése és öröme tölti majd be a 9000 négyzetméteres kiállító- és élményteret.

A háromnapos programon a szoptatással, vitaminválasztással, a hozzátáplálással vagy bármilyen kisdéjfejlődési témával kapcsolatban kérhetünk



Már tizenkét helyen befizethető a BKK-pótdíj

Novembertől összesen 12 fővárosi helyszínen, a Déli pályaudvaron, a Deák Ferenc téren, a Ferenciek terén, a Kelenföldi, a Keleti pályaudvar, a Kőbánya-kispesti, a Móricz Zsigmond körtéri, a Szentlélek téren, a Széll Kálmán téren, a BKK Rumbach Sebestyén utcai központi ügyfélszolgálatán,

továbbá a rákosmentei Pesti úton és a csepeli Szent Imre téren lévő ügyfélközpontban is intézhetők a pótdíjazással kapcsolatos ügyek. Ezek

mindegyikében lehetőség van a bérlet utólagos bemutatására, valamint a pótdíj készpénzes vagy bankkártyás befizetésére.

Lehetőség van a helyszíni büntetés azonnali bankkártyás rendezésére is abban az esetben, ha a jegyellenőrnél kéznél van a hordozható bankkártyás terminál.



Legyél te a legfontosabb alkatrész
4 műszakban,

OPERÁTOR POZÍCIÓBAN

Budapest X. kerületében!

- Könnyen megközelíthető, jó tömegközlekedés
- 230 000 Ft/hónap nettó fizetés, cafetériával
- Kiszámítható műszakok a tavalyi Év Gyárában
- Ahol fontos, hogy jól érezd magad munka közben

Jelentkezz
a +36 30 529 2781 telefonszámon!

ROSSMANN
Drogeria Parfümeria

**ELADÓ
PÉNZTÁROS
KOLLÉGÁKAT
KERESÜNK**
BUDAPESTI BOLTJAINKBA

innovatív nemzetközi csapat
rutinos szakértő kollégák
modern drogéria környezet
fejlődési lehetőség

jelentkezni lehet a budapest@rossmann.hu e-mail címen vagy a karrier.rossmann.hu oldalon.

www.szinesfenymasolok.hu
info@manualhungary.hu

- ◇ költségelemzés
- ◇ eladás
- ◇ bérlet
- ◇ lízing
- ◇ üzemeltetés
- ◇ szervíz



KONICA MINOLTA Manual Hungary Kft.

Log Plasticon Zrt Bizalmat építünk!



Folyamatosan növekvő orvosi és gyógyszer csomagoló eszközöket gyártó vállalat stabil háttérrel, hosszú távra keres munkavállalókat tökéletes telephelyre:

» **OPERÁTOR** 12 órás műszak (br. 1.320 Ft-tól) » **OPERÁTOR** 8 órás/2 műszak (br. 1.180 Ft-tól) » **GÉPBEÁLLÍTÓ** » **KARBANTARTÓ** » **RAKTÁROS-TARGONCÁS** » **MINŐSÉGELLENŐR**

munkakörökbe többműszakos és folyamatos munkarendbe, tiszta, légkondicionált munkaterületre. Amit kínálunk: • Kiemelt bérezés • Teljesítmény-alapú mozgóbéer • cafetéria • utazási hozzájárulás • fejlesztési prémium • munkatárs ajánlási bónusz • higiénikus környezet
Jelentkezés: Tel.: 06-24/488-246/32-es melléken vagy 06-30/223-0838 számon.
E-mailben: munkaugy@logpac.hu • személyesen: 2316 Tököl, Csépi út 137.

Képeslapokat vásárolok
Csepreg, Zamárdi,
Szentendre, Leányfalu
Budapest településekről,
és cserkészeti témában.

info@bodai.hu
Tel.: 0620-944-1144

Életmód

Százezreket érint Magyarországon az inkontinencia

■ 3600 fő bevonásával készült hazai felmérés a vizeletvizsogartartási problémában, közismert nevén inkontinenciában szenvedőkről.

A betegségben több mint 400 millió ember érintett világszerte, Magyarországon pedig százezreket sújt, miközben a téma még mindig tabunak számít.

A nők esetében az inkontinencia előfordulásának valószínűsége háromszor akkora, mint a férfiaknál, és 30, majd 50 éves kor fölött különböző rizikófaktorok miatt jelentősen nő a kialakulás esélye.

Az inkontinenciának több típusa ismeretes a stressz inkontinenciától - amikor a vizelet elcseppenés még csak tüsszentés vagy nevetés hatására történik - egészen a reflex inkontinenciáig, melyben a beteg a vizelést már nem képes akaratlagosan befolyásolni.

Az inkontinencia kortól függetlenül bármikor jelentkezhet, de gyakorisága a kor előrehaladtával nő. A kialakulásában olyan rizikófaktorok játszanak szerepet, mint

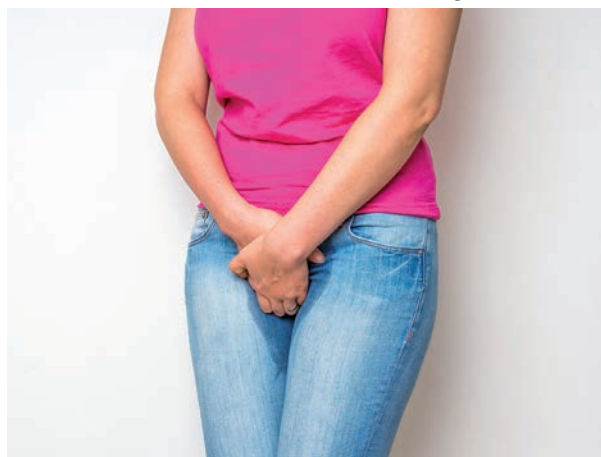
az egészségtelen életmód, a gyermekvárás és a szülés, a menopauza, illetve olyan, az agyműködést érintő betegségek, mint az Alzheimer-kór, a Parkinson-kór, valamint az időskori demencia.

A kutatást készítő budapesti Írisz Medical & Selfness Center (IMSC) szakmai vezetője, Sáránszki Anita szerint a tünetek jelentkezése esetén nem kell pánikba esni, mert sok esetben van megoldás a problémára.

- A legfontosabb a rizikófaktorok csökkentése, ami természetesen az érintetteken múlik. Az egészséges életmód és a testsúly csökkentése

nagyban hozzájárulhat az állapot javulásához.

Van persze lehetőségünk aktívan is tenni a tünetek enyhítéséért. Sáránszki Anita szerint az intim torna, vagyis a különböző gátizomgyakorlatok megfelelő elsajátítása és gyakorlása az orvosok által is rendszerint ajánlott hatékony kezelési mód, amihez szintén csupán kitartás és elhatározás szükséges. Enyhé és közepes fokú stresszinkontinencia esetén pedig egyedülálló, modern megoldást kínál a Petite Lady lézeres inkontinenciakezelés, amely műteti beavatkozás nélkül segít a probléma megoldásán.



Túl sok cukrot esznek a gyerekek

Felmérések szerint a 2 és 18 év közötti fiatalok több cukrot fogyasztanak a WHO által javasolt, a teljes kalóriabevitel tíz százaléknál - közölte Antal Emese dietetikussal az M1 csatornán. Beszél arról is, hogy a túlzott cukorfogyasztás miatt többek között kettes típusú cukorbetegség, szív- és érrendszeri betegségek és elhízás alakulhat ki. A barnacukor és a nádcukor nem egészségesebb, mint a kristálycukor, mert ugyanannyi energiát ad, helyettük inkább csökkentett cukortartalmú termékeket érdemes választani - hangsúlyozta a dietetikus.



SZERETNE
5%-KAL JOBB ÁRAT KAPNI?
FOGLALJON VAGY KÉRIEN AJÁNLATOT
KÖZVETLENÜL A SZÁLLODÁTÓL MÉG MA!

12 ÉVES KORIG INGYENES!

TÉLI SZÜNET
2020. január 1 - január 5. között

min. 3 éjszaka szállás bővített félpanzióval,
a szálloda wellness-szigetének használata, vezetett túrák,
ingyenes parkolás, ingyenes Wi-Fi

Kétágyas szobában 2 felnőtt esetén: **17.000,- Ft / fő / éjszaka ártól**

RÉSZLETES AJÁNLATAINKAT KERESSE WEBLAPUNKON.
Az árak az idegenforgalmi adót nem tartalmazzák

TEL: 06 99 888 400 | INFO@HOTELLOVER.HU
WWW.HOTELLOVER.HU

Ne éljen fogak nélkül!

Jó hír a páciensek számára, hogy nem kell ezentúl a foghúzás után fogak nélkül élni. Az azonnali terhelésű implantátumok egy életen keresztül helyettesítik a sérült fogakat. A fogpótlások rögtön felkerülnek és szükség esetén hat hónap után cserélhetők porcelán, végleges pótlásra. A műgyökelek stabilizálását és rögzítését maga az elsődleges funkcionális híd végzi. Van, hogy a híd már a beültetés előtt elkészül. A minta ilyenkor 3D-s Ct felvétel alapján készül, és az operációt is előre elkészített sablon segítségével végzik. Más esetben a fogbeültetés műtétet követően rögtön lenyomatot vesznek és

a következő napokban kerülnek beragasztásra a fogak. Fél év múlva mindkét esetben javasolt véglegesíteni a pótlásokat.

Bár az implantáció nem olcsó, de ez a módszer reménytelenül kevés csont esetében is alkalmazható. A hagyományos eljárások már nem, vagy csak a sokkal drágább csontpótló műtékekkel kombinálva hajthatók végre, ami a kezelés befejezését fél, egy évvel meghosszabbítja.

Ezt a módszert nem végzik minden rendelőben, de a HungaroDental páciensei részére évente egyszeri ingyenes konzultációs lehetőséget biztosít, amely során ez a téma is megbeszélésre kerülhet.

HUNGARO DENTAL

FOGÁSZATI CENTRUM

Azonnal terhelhető implantátumok akár altatásban is.

www.hungarodental.hu

06 70 772 1315

A Hungarodental az egyik legrégebbi altatásos fogászat.

A mosoly az élet!



- Évezredek tapasztalatával -
www.vargagyogygomba.hu
06 70 423 1127 • 06 30 391 8080

Apróhirdetések a 8-9. oldalon!

Paparazzi



Fél évszázados a Metro debütáló lemeze, Zorán mesél róla

Pontosan 50 évvel ezelőtt jelent meg a Metro zenekar klasszikus felállásának egyetlen lemeze, a Metrő. A legendás album dalait a rajongók Zoránnal együtt hallgathatják végig november 28-án a B32 Galéria és Kultúrtérben, ahol az énekes meséli is a lemezről, az akkori korszakról, történekekről.

Dér Heni: „Aki hozzám fordul, annak örömmel segítek”

■ Dér Heni élete cseppet sem unalmas. A rengeteg fellépés és munka mellett most új területen próbálja ki magát, elindított egy életmódprogramot, mellyel azoknak szeretne segíteni, akik változtatni szeretnének megjelenésükön, szeretnének lefogyni, de nem boldogulnak egyedül, nem tudják a módját és több kudarcot vallott kísérlet után végre a legjobb formájukat szeretnék hozni.

– Az elmúlt években komoly átalakuláson mentél át, sok olyan fotót posztoltál a közösségi oldalakon, melyeket az edzőteremben készítettél. Miért döntöttél úgy, hogy egy átfogó életmódprogramot indítasz?

– Az évek során rengeteg hölgy keresett meg a közösségi oldalakon keresztül azzal, hogy adjak tanácsot, miként változtathatnának életmódjukon, hogyan adhatnák le felesleges kilóikat, és hogy milyen táplálkozást, étrendkiegészítőt, módszert javasolnék nekik. Mivel nem tartom magam szakembernek, a kérdések láttán úgy döntöttem, hogy segítséget kérek azért, hogy másoknak segíteni tudjak. Éppen ezért összefogtam táplálkozási szakértőkkel, dietetikusokkal és más szakemberekkel, hogy alternatívát tudjunk adni azoknak a nőknek és kamaszoknak, akik nem tudnak, vagy bármilyen ok miatt nem akarnak lemenni egy edzőterembe. Sokan szégyellik a testüket, mások kisgyerekek vannak otthon, megint mások annyit dolgoznak, hogy örülni, ha végre hazaérnek. Nekik szeretnék segíteni oly formán, hogy a személyre szabott táplálkozási tanácsok és receptek mellé olyan – akár 5-10 perces – alpmozgásokból álló mini edzésekkel látom el őket rendszeresen, amelyekkel már biztosan le

tudnak fogyni, el tudják érni az áhított alakot. Fontosnak tartottam azt is, hogy mindez ingyenes legyen, tehát aki csatlakozik a weboldalunkon, vagy a Facebook csoportunkon keresztül, az a Stardiets csapatának a tagja lesz, és minden segítséghez hozzájuthat, amire csak szüksége van ahhoz, hogy elérje a célját, megváltoztassa táplálkozási szokásait, átalakíthassa életmódját. Úgy gondolom, akkor is jelentős eredményt lehet elérni, ha apró lépésekben kezdünk haladni, kinek mennyi ideje van erre. Arra is odafigyeltünk, hogy a hozzánk csatlakozóknak ne kelljen megküzdeniük az életmódváltás örök mumusával, a finomságokról való lemondással. Saját tapasztalatomból tudom, milyen rémes, ha nem ehet meg az ember egy-két szelet pizzát vagy csokoládét, nehogy tönkretegy a diétáját. Ezt nem kívánom senkinek sem, ezért olyan alapanyagokat és élelmiszereket kerestem, amelyeknek segítségével erről nem kell lemondani. Találtam például egy olyan lisztkeveréket, melynek alacsony a szénhidrát, viszont magas a fehérjetartalma és valami isteni pizzát lehet belőle készíteni szinte pillanatok alatt. Így nem kell nekem sem lemondanom a kedvenc ételeim egyikéről. De a diétás palacsinta és pogácsa receptjét is meg fogom osztani csoportban.

Fogyás lemondások nélkül

– Az egészséges táplálkozást és a mozgást csak elkezdeni nehéz. Mivel motiválnád azokat az embereket, akik egyelőre nem tudják rávenni magukat arra, hogy belevágjanak?

– Az általam bemutatott torna videók tényleg rövid időt vesznek igénybe, így senki sem érzi majd megterhelőnek. A táplálkozási tanácsadók és dietetikusok pedig olyan recepteket állítottak

össze, amelyek szintén gyorsan elkészíthetőek, és megvalósítható velük a fogyás lemondások nélkül. Abban is segíteni szeretném a Stardiets csoport tagjait, hogy túllendüljenek az első időszak lelki nehézségein, hiszen tudom, hogy ha nem jönnek gyorsan az eredmények, könnyen feladja az ember a küzdelmet.



– Gyakori kifogás, hogy a sportolás nem fér bele a rohanó hétköznapiakba. A zsúfolt időbeosztás már évek óta ismerős számodra is. Mikor szoktál időt szakítani az edzésre? Melyik mozgásforma vált be leginkább és mit szeretsz benne?

– Bár már régóta rendszeresen edzek, úgy éreztem, nem érem el azt a célt, amit kitűztem magam elé. Ezért egy ideje még jobban odafigyelek a táplálkozásomra, mert tudom, ez még a mozgásnál is fontosabb és – bár az életembe nagyon nehéz rendszert vinni a rengeteg elfoglaltságom miatt – hetente legalább háromszor mozgok. Saját testsúlyos edzéseket végzek

és kardiózom. Az előbbi segít a szép izomzat eléréséhez, az utóbbi pedig azért is fontos, mert a színpadi munkához komoly állóképességre van szükség, nem liheghetek a koncerteken. Tény, hogy mivel eléggé kiszámíthatatlan az időbeosztásom, nem mindig ugyanabban a napszakban sikerül ezt megvalósítani.

említett előtte-utána képeken, amelyeket nemrég megosztottam a közösségi oldalamon, teljesen máshogy néztem ki 16 évesen, mint most. Sokan meg is kérdezték, hogy hány kilóval voltam nehezebb, tízzel, netán hússzal? Az igazság az, hogy egy dekával sem nyomtam többet, mint most, egyszerűen ennyire látszik az, ha valaki nem egészséges ételeket eszik, és nem mozog. Mióta figyelek ezekre, a testem átalakult, a zsír lement a helyes táplálkozás és mozgás segítségével és fejlődött az izomzatom. Így – bár pontosan ugyanannyit mutat alattam a mérleg – sokkal soványabbnak látszom.

Csak csajok

– Mennyire vagy elfoglalt mostanában? Milyen szakmai tevékenységek kötik le az idődet és az energiádat?

– Jelenleg három csodás kolléganőmmel – Radics Givivel, Tolvai Renivel és Király

Lindával – együtt készülök a Dívák karácsonya című ünnepi koncertre, melynek már zajlanak a tancos próbái.

– Milyen terveid vannak akár a hivatásod terén, akár más téren, amelyeket a közeli vagy a távolabbi jövőben meg szeretnél valósítani?

– Jó ideje motoszkált a fejemben az a gondolat, hogy összehozzak egy olyan együttest, amelyben csak erős, dögös és tehetséges lányok ze-

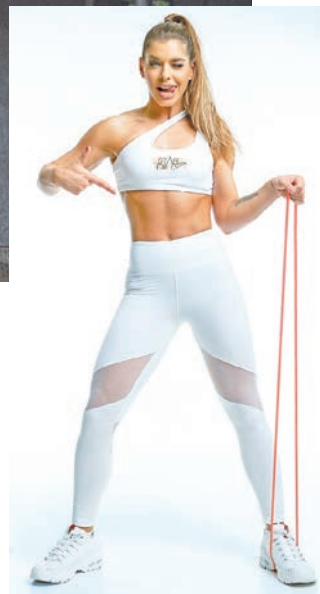
nélnek. Már összeállt a csapat, így ha minden jól megy, jövőre már egy olyan Dér Heni koncerten lépek színpadra, ahol csupa csaj szórakoztatja majd a rajongókat. Úgy érzem, szükség van erre. A másik dolog pedig, ami remélem, a közeli jövőben megvalósul, az nem más, mint a gyermekvállalás!

Budai Klára

Ugyanannyi kiló, soványabb alak

– Néhány napja megosztottál egy olyan képet, melyen kissé ducinak tűntél. Korábban voltak problémáid a testsúlyoddal?

– Valójában sosem voltam túlsúlyos, még akkor sem, mikor tinédzser voltam. Igaz, az



Színes hírek



A Hősök elhozza a Sarki Fényt!

Sarki fény címen elkészült az együttes őszi klipje, melyet még egy spontán barcelonai nyaralásukon forgattak. – A kapaszkodó, pozitív dolgok beszippantása és az életigenlő hangulat a központi témája az új klipünknek – foglalja össze Eckü a videó üzenetét.

Orosz Cirkusz a Jégen!



■ December 15-én dupla előadással érkezik hazánkba, a BOK Sportcsarnokba a világ első jégcirkusza, hogy egy lenyűgöző jégshow keretében éljük át a legszebb „Téli meséket”.

Az „Orosz Cirkusz a Jégen” több mint 50 éve kápráztatja el a közönséget művészete és csillogása révén, a nagyszerű akrobaták, a zsonglőrök, költéncosok, a műkorcsolyázók és a bohócok segítségével a csillogó jégen.

A társulat lenyűgöző jégshow-val és lélegzetelállító

cirkuszművészettel elbűvölő utazásra repíti a közönséget a mese varázslatos világába. A „Téli mesék” minden idők legszebb történeteiből, a Diótörő, a Hókirálynő, Alice Csodaországban, a Csipkerózsika, a Hamupipőke, a Cirkuszhercegnő meséiből mutat be felejthetetlen előadást a jégen. Az energikus és elegáns jégbalett egy nagyszerű orosz cirkuszi programmal kombinálva igazán varázslatos látványt nyújt kicsiknek és nagyoknak, az egész család számára.

December 1-től jön a Catch! – ügyis utolérlek!

■ Vadonatúj sport event műsorral jelentkezik a TV2. December 1-től vasárnap esténtként kerül képernyőre a Catch! – ügyis utolérlek!, amely egy focicska felnőtteknek.

Négyfős csapatok mérkőznek majd meg a Catch! hatalmas arénájában, hogy pontokat gyűjtve bekerüljenek a döntőbe, majd hazavigyék a 10 millió forintot.

- A focicskáról mindenkinek van valamilyen emléke, érzése. Egy nagyon egyszerű és



szerethető gyerekjáték, amit most mi egy sokkal magasabb szintre emelünk köszönhetően a hatalmas díszletnek, az akadálypályáknak, a komoly technikai háttérnek, és annak, hogy igazi sportemberekből álló csapatok állnak rajthoz. Nagyon látványos, izgalmas sportverseny a Catch!, amely egy egyszerű ötleten alapul, mégis igazán nagyszabású – árulta el Ördög Nóra, aki a Catch! arénájában műsorvezetőtársával, Petur Ádrással (Sport TV) terelgeti a játékosokat, illetve segít a nézőknek is eligazodni a szabályok között.

Hirdessen a Superinfóban!

Telefon: 06-1/887-0707

E-mail: hirdetes@szuperinfo.hu

SZUPERinfó

ÉJSZAKAI KÉZI RAKODÓ / SZORTÍROZÓ

munkatársakat keresünk Alsónémedibe!

- Tudsz pakolni?
- Akarsz 200-220 ezer Ft-ot keresni?
- Segítünk munkába jutni busszal vagy kocsival!
- Munkaidő: hétköznap 16:30-01:30

Vissza is hívunk!

06-30-367-4248

job@glshungary.com

@GLSHungaryKft

Csatlakozz a GLS-hez!

GYÓGYÁSZATI SEGÉDESZKÖZÖK



- gerincfűzők
- térdrogzítók
- bokaortézisek
- csuklórögzítők
- lúdtalpbetétek
- haskötők
- kompressziós harisnyák
- rugalmas pólyák
- emlőprotézisek
- gyógypárnák
- rehabilitációs eszközök
- és egyéb betegápolási eszközök

TERÉZVÁROSI EÜ. SZAKRENDELŐ
1074 Bp. Csengery u. 25. fsz.

ÁLLAMI EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT
1134 Bp. Róbert K. krt. 44. Mfsz.

ÚJBUDA-GYÓGYIR XI. SZAKRENDELŐ
1117 Bp. Fehérvári út 12. II. em.

PÉTERFY S. U. KH. SZAKRENDELŐ
1076 Bp. Péterfy S. u. 8-20. (alagsor)

VISEGRÁDI REHAB. SZAKKÓRHÁZ
2026 Visegrád, Gizellatelep, I. em.

ZUGLÓI EÜ. SZAKRENDELŐ
1148 Bp. Őrs vezér tere 23. III. em.

Kikapcsoló rovatunkat megtalálja a 10-11. oldalon.

End of the road

Álláspont



PowerBill segíti a számlázásban a vállalkozókat

Jó hír a magyar vállalkozóknak: elindult az Erste és a Billingo közös online számlázója, a PowerBill. A rendszer használatával az Erste ügyfelei az első évben ingyenesen férhetnek hozzá a korlátlan számlázást és rengeteg előnyös extrát biztosító platformhoz.

Gondolkodási időre van szükségem!

■ Amikor már ezt mondjuk, az azt jelenti, hogy az álláskereső végén, a célvonal közelében járunk. Azért hívtak, hogy közöljék a jó hírt: miénk az állás!

Nekünk ez ugyan jó hír, de mégis, egy csomó mindent át kell gondolnunk, mielőtt elkötelezzük magunkat. Lehet, hogy örömmel azonnal igent mondanánk, de mégis, ez túl nagy döntés ahhoz, hogy azonnal visszavonhatatlanul reagáljunk (persze, semmi sem végleges, a szerződést sem muszáj aláírni, próbaidőben is lehet visszakozni, de ezeknek már negatív következménye van).

Köszönjük meg a jó hírt, és mondjuk el, hogy több lehetőségünk is van nyitva, ezért kérünk egy rövid gondolkodási időt (ha ez valóban így van!). Ha vannak még kérdéseink az állással kapcsolatban, most tegyük fel! Kötelező kérdés, hogy mit szeretnének, mikor kezdjünk náluk. Tényleg rövid legyen a gondolkodási idő, tipikusan „aludjunk rá egyet”, és másnapra ígérjünk egy visszahívást a végleges válaszukkal. Ez az időtáv olyasmi, amit még minden folyamat elvisel.



Módosul az OKJ

■ Az OKJ változása kapcsán a legismertebb információ, hogy jelentősen lecsökken jövőre a választható szakmák száma. A jelenlegi 760 OKJ szakmából kevesebb, mint 200 OKJ szakma marad.

Több népszerű szakma teljesen kikerült a jegyzékből (pl. irodai titkár, rendezvényszervező, targoncavezető, pénztárkezelő és valutapénztáros, bérügyintéző), több pedig csak iskolarendszerű képzésben lesz majd megszerezhető. Az érettségire épülő szakképzéseket mostantól csak iskolai rendszerben lehet majd tanulni (pl. pénzügyi-számviteli ügyintéző).

A legnagyobb változás a felnőttképzés területén lesz. Míg a jelenlegi rendszerben a

szakmák párhuzamosan futnak több képzési formában, addig az új rendszerben erre nem lesz lehetőség.

Az új jegyzékben szereplő 174 – a művészeti képzésekkel együtt 196 – szakma mindegyikét kizárólag iskolarendszerben lehet majd tanulni nappali tagozaton 3-6, esti tagozaton 2-3 év alatt.

Ami jó hír, hogy az iskolai rendszerű képzések továbbra is ingyen elvégezhetőek lesznek. Ugyanakkor várhatóan sok tanulni vágyó felnőtt számára problémát jelent majd, hogy az új rendszerben nem

lesz lehetőség rövidebb idő alatt, rugalmasabb időbeosztásban szakmát szerezni.

Az OKJ átalakításával kapcsolatos rendelet szerint a felnőttképzők 2020. december 31-ig még a mostani feltételekkel indíthatják képzéseiket, ugyanakkor a vizsgákat a képzésben részt vevőknek 2022 végéig le kell tenniük.



A rovat a cvonline.hu együttműködésével készült.

**Rollerek széles
választékával
várjuk
webáruházunkban!**

**Gyerek és felnőtt
rollerek
kedvező áron!**

**1151 Budapest,
Székely Elek út 13-15.
Tel.: +36 1 273 0273,
+36 20 372 8271
Ügyfélszolgálat:
H-P 10⁰⁰–17⁰⁰**

AKTIVsport

www.aktivsport.hu

Belváros

Több mint ezer társasjátékot lehet kipróbálni a Társasjátékok ünnepe



A modern családi, felnőtt és gyerek társasjátékok országos fesztiválján több játékiadó és forgalmazó, társasjátékos szervezet, egyesület, klub, társasjátékos szórakozóhely képviselteti magát november 23-án és 24-én, a Lurdy Házban. A hétvégén 9 teremben lesz lehetősége a résztvevőknek kipróbálni több mint ezer magyar és külföldi logikai, stratégiai, party, családi és gyerektársasjátékot. A rendezvényen szakavatott játék-mesterek segítenek eligazodni a számos társasjáték között és megtalálni mindenki számára a neki való játékot. Az eseményen új és díjazott társasjátékok mellett a fejlesztői teremben az érdeklődők kipróbálhatják a még fejlesztés alatt álló társasjátékokat is, így bepillantást nyerhetnek a társasjáték-alkotás kulisszatitkaiba.

Fiktív halálesetek és bonctermi látogatások

A bűnügyi sorozatok helyszínelőinek bőrébe bújhatnak, akik időben regisztrálnak a Semmelweis Egyetem ingyenes rendezvénysorozatának decemberi programjára.

A negyedik Semmelweis Egészség Napon ugyanis a többi között az Igazságügyi és Biztosítás-orvostani Intézet és az orvostanhallgatók számára fenntartott Anatómiai Múzeum is megnyitja kapuit a látogatók előtt.

Az egyetem Anatómiai Tömbjében megrendezett korhatárhoz kötött előadásokon és interaktív programokon túl, december 6-án az egyetem Nagyvárad téri Elméleti Tömbjében, valamint az Elméleti Orvostudományi Központban a családokat is várják a szervezők érdekes előadásokkal, workshopokkal, személyre

szabott állapotfelméréssel és életvezetési tanácsadással. A gyerekek számára Mikulásváró játszótérrel és Teddy Maci Kórházzal készültek, sőt, a nap folyamán maga a Mikulás is ellátogat a helyszínre.

Részletes program és jelentkezés a semmelweis.hu/250 oldalon, a Semmelweis Egészség Napok fölé kattintva.

Időpont: 2019. december 6. 14:00 – 22:00.

Helyszínek: Elméleti Orvostudományi Központ, Nagyvárad téri Elméleti Tömb, Anatómiai, Szövet- és Fejlődéstani Intézet, Igazságügyi és Biztosítás-orvostani Intézet.



Foto: Kovács Attila – Semmelweis Egyetem

Blikk
MIKULÁSFUTÁS

2019. DECEMBER 8.

Budapest, Sóház utca

(a Budapesti Corvinus Egyetem és a Központi Vásárcsarnok között)

TÁV: 2300 MÉTER, CSALÁDI FUTAM: 700 MÉTER



TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:

www.futanet.hu

**A MIKULÁSRUHÁT MI ADJUK,
NEKED CSAK FUTNI KELL!**

Blikk 388

MOMENTS

RENAULT

BUDAPEST

BUDAPEST

szuperinfo

TS

TRISPIRIT@social media



**TELJES KÖRŰ
ÉPÍTŐIPARI KIVITELEZÉS**

**MEGBÍZHATÓ,
PONTOS,
MINŐSÉGI
GENERÁL-
KIVITELEZÉS**

**MUNKATÁRSAKAT
KERESÜNK**

ÁRAJÁNLAT ÉS
REFERENCIÁK:
www.ipplanet.hu
ipplanetkft@gmail.com

VízBolt.hu

info@vizbolt.hu

MEGRENDÉLÉS:

+36/30 310 20 50

**BALLONOS ÉS PALACKOZOTT
ÁSVÁNYVIZEK,
FORRÁSVIZEK OTTHONÁBA,
MUNKAHELYÉRE!**



cvonline.hu
a Te állásportálod

www.cvonline.hu

Kövess minket a facebookon is! www.facebook.com/szuperinfobudapest

BÉCSI AUKCIÓSHÁZ RÉSZÉRE VIRÁG ERIKA helyszíni készpénzfizetéssel vásárol!

Antik bútorokat, porcelánokat,
festményeket, órákat, zongorát,
szőnyeget, csillárokat, aranyat,
réz-, bronz-, ezüstdíszeket,
régiréz- és ezüsttárgyakat,
régiréz- és ezüsttárgyakat,
régiréz- és ezüsttárgyakat!
Mindenféle régi lakberendezési cikket.
Hagyatékot kiürítéssel!
Díjtalan kiszállítás 1 órán belül!
e-mail: antikargyvetel@gmail.com
Telefon: **06-30/324-4986**
SZOMBAT, VÁSÁR NAP, ÜNNEP NAP IS HÍVHATÓ!

INGATLAN FELVÁSÁRLÁS

Tulajdon részek, telkek, osztatlan
közös tulajdon, haszonélvezeti jog,
végrehajtással terhelt. Életjáradék
felvásárlása akár 24 órán belüli készpénz
fizetéssel. Közzegző és ügyvéd jelenlétében.
Budapest és vidéken.
tel.: **06-70-286-5607**
www.allami-ingatlanfelvasarlas.com

ABLAK-AJTÓ

MŰANYAG ABLAK, redőny kedvező áron, ga-
rancíával. Ingyenes felmérés! Tel: 30/211-2439
www.amitamegvehetsz.hu

ADÁS-VÉTEL

ZOMÁNCZOTT babakádát, feteleket, vaskádát
(zsák, méter), dunnát, kázmér kendőt vásárolok.
Tel.: 06-70/381-8286

BÉLYEGFELVÁSÁRLÁS! Könyv és hagyaték
vétele, díjtalan kiszállással. Pál István Tel.:
06-20/947-3928

BICSKÁKAT-KÉSEKET vásárolnék Kocsis, Szobos-
lai, Némethy, Besze, Gálfi, Polyák, Ország stb. Érd.:
06-30/979-9529

VÁSÁROLOK régi motorkerékpárt, felesleges
robogót. Rossz karórákat, matchboxot, biszút.
06-70/650-3168

ANTIKVITÁS

MAGAS ÁRON vásárolok régiséget, festménye-
ket, műtárgyakat, hagyatékot, szőnyeget,
órákat, ezüstöt, aranyékszert, borostyánokat,
kerámiákat, varrógépeket, bútorokat, kitiinte-
téseket. Valamint teljes lomtalanítást vállalom!
Tel.: 06-70/352-8776

ÁLLÁS

TELEFONOSOKAT KERESÜNK. Nyugdíjasokat
is. Tapasztalattal rendelkezőknek magasabb
órabér. Tel.: 30/898-2013 MediaTeleshop Kft.

Budapest melletti
szállodánkba
felszolgáló,
recepções és szobalány
kollégákat keresünk.
Önéletrajzokat az:
ertesites@gastland.hu
e-mail címre várjuk.
Érdeklődni (Vendégváró Vendéglátó Kft.)
a **06-30/238-7886**-os
telefonszámon lehet.

FENYŐÁRUSÍTÁSHOZ eladókat keresünk
2019.12.08. - 24-ig. Érd.: +36-30/278-0561,
+36-30/298-9234 (Libra-Ken Bt.)

KONYHAI KISEGÍTŐT keresünk győmrői ét-
terembe. Versenyképes fizetés. Szükség ese-
tén útiköltséget vagy szállást biztosítunk. Tel.:
06-30/476-1074 Csillag Kft. bagoly@bagoly.hu

**Karosszéria lakatosokat
keresünk!**
Autóbuszok és
tehergépjárművek javításában
járatos **KAROSSZÉRIA
LAKATOSOKAT** keresünk
Budapest a XI. kerületbe
azonnali kezdéssel. Karosszéria
lakatos végzettség szükséges.
Jelentkezni Kátai Zoltán műszaki
vezetőnél lehet az alábbi
elérhetőségeken:
katali.zoltan@homm.hu
vagy +36-20/236-9011.

CSEMPÉKÁLYHA

CSEMPÉKÁLYHÁS: építés, átépítés, javítás, bon-
tás, ingyenes állapotfelmérés. Nyugdíjas kedvez-
mény! T.: 06-30/418-3292

ÉLETJÁRADÉK

LEINFORMÁLHATÓ HÁZASPÁR életjáradék-
ot fizetne idős hölgynek vagy úrnak. Tel.:
06-30/225-6743, T.: 283-5083

ÉLETMÓD

INTIM TORNA

tanfolyam
a Margit
hídnál.

Oktató:
Bodainé Grosz Erzsébet
Tel.: 06-20/947-9583

FAKIVÁGÁS

FAKIVÁGÁS alpinechnikával, területgondo-
zás, bozótirtás, fűnyírás, hulladék elszállítás.
30/255-4466

FESTÉS-MÁZOLÁS

FESTÉS, MÁZOLÁS, burkolást vállalom! Nyug-
díjasoknak kedvezményrel, bútormozgatással,
takarítással! Tel.: 06-30/422-1739

SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, MÁZOLÁS -olcsón,
minőségben takarítással, bútormozgatással Tel:
06-20/9877-273, Vezetékes: 706-64-19

**Gipszkartonozót,
segédmunkást,
burkolót,
kőművest,
festőt felveszek!**
06-20/998-2369

32 TONNÁS négytengelyes billenscsre, gépjár-
művet keresünk Budapest területére. Tel:
+36-30/941-0325 Blefaro-Bau Kft.

Alkatrész raktárost keresünk!

Autóbuszok üzemeltetésével
foglalkozó kft. **ALKATRÉSZ
RAKTÁROST** keres a XI. kerületbe
azonnali kezdéssel. Számítógép
irodai szintű ismerete (Word,
Excel, Outlook stb.), angol nyelv
ismerete elvárás.
Jelentkezni Hegedűs Andor
beszerzési vezetőnél lehet
az alábbi elérhetőségeken:
hegedus.andor@homm.hu
vagy +36-20/334-4060.

II. KERÜLETI magánóvodánkba konyhai
munkatársat keresünk, teljes munkaidőben.
06-30/708-2248 Almafa Óvoda

Keleti Szomszédok
Közérdekű Nyugdíjas
Szövetkezet keres
**NYUGDÍJAS
KOLLÉGÁKAT**
hosszútávú, különböző
betanított munkákra:
csomagolás, villanszerelés,
mérlegképes könyvelői,
bérszámfejtő, lakatos,
pénztáros munkakörbe, teljes
vagy részmunkaidőben.
Amennyiben hirdetésünk
felkeltette érdeklődését az
alábbi elérhetőségen lehet
jelentkezni:
+36 30 202 1690

Exkluzív üzletünk: Louis Galéria • II., Margit krt. 51-53.
Tel.: 316-3651, 06-30/944-7935 • E-mail: lakatos@mconet.hu
(A 4-es, 6-os villamosról a Mechwart liget megállójánál kell leszállni)

Készpénzért vásárolunk! Kérem, jöjjön el hozzánk!

Törtarany és fazonarany felvásárlás!



**Bármilyen brilles ékszer, gyűrű, lánc,
fülbevaló, bross felvásárlás!**

A LOUIS GALÉRIÁBAN AZ ÉRTÉKBECSLÉS INGYENES!

Agancs felvásárlás!

06-30/788-6062

akár
10 000-30 000 Ft
darabja
Hagyatékot is!

Telefon: 06-1/887-0707
E-mail:
hirdetes@superinfo.hu

**FOGLALJON
IDŐBEN!**

9.225,-Ft/fő/éj-től

min. 2 éjszaka esetén

Téli Wellness Napok

Szindbád

www.szindbad.hu | +36 84 361 071 | recepcio@szindbad.hu
NOVEMBER 3 - DECEMBER 21 KÖZÖTT | 8636 Balatonszemes, Árnyas fasor 1.

FOGÁSZAT

FOGOSR EXPRESSZ! Javítás azonnal. Készítés gyorsan. Tel.: 06-1/784-1772, 06-30/961-8655 Szombaton is!

GÉP, SZERSZÁM

LAKATOS- bádógos- és esztergagépeket vásárolunk. 06-70/6026-229

HÁZTARTÁSI GÉPEK

Mosógépek szerelését vállalom!
Telefon: 06-20/950-4941
Felújított mosógépek garanciával!

INGATLAN

ingatlanROBOT.hu



Hirdess a ROBOT-on!

NYÍREGYHÁZÁN a Vécsey utcában, vasútállomástól 5 percre, téglalapú társasház földszintjén 39 nm-es egyszobás lakás bútorostól vagy anélkül eladó. Ár: 12,87 Mft. Tel.: 06-20/222-7766

ÖRÖKLÉSI SZERZŐDÉST kötnék csepele ingatlanra összesen 151 m². Szerződés kötésnél 29.800.000.- Ft-ot kérek. Tel.: 20/989-0412

INGATLAN CSERE

Egyedülálló nyugdíjast keresek, akinek eleget van a városzajából, ingatlanért cserébe a Balatonnál kezdene új életet. Siófoki házamban újra fontosnak érezheti magát, egész évben nyaralhat. Soha nem kell rezsit fizetnie!
06 20 558 2760

KÁDFELÚJÍTÁS

KÁDFELÚJÍTÁS HŐKEZELÉSEL, 5 év garanciával. Akció: fehér 20000.-Ft. Műanyag kádak is! Tel.: 240-9637, 06-30/989-4284

KÖNYV

TELJES KÖNYVTÁRAKAT, régi és modern könyveket (idegen nyelvűeket is) könyvgyűjteményeket, levelezőlapokat, CD-ket, hagyatékot korrekt áron vásárolunk Budán is. Díjtalan kiszállítás! NOSZTALGIA ANTIKVIÁRIUM 1136 Budapest, Pannónia u. 26. Tel.: 06-30/950-8324, 339-8200, e-mail: nosztalgia.antikvarium@gmail.com ifj. Nagy László

Zsazsa Galéria
Szakértelem és becsület egy helyen

ARANY EZÜST ÓRA BRILL BOROSTYÁN HAGYATÉK

Készpénzért vásárolunk festményt, bútort, porcelánt, szőnyeget, ezüst dísz tárgyakat és kiegészítőket, zománcos és brilles ékszereket, továbbá hagyatékot.

Kérem jöjjön el hozzánk! Budapest XIII., Hollán Ernő u. 4. (a Jászai Mari térenél)
Telefon: 350-4308, 06-30/944-7935

RÉGI KÖNYVEK, könyvtárak, hagyatékok vétele magas áron. Díjtalan kiszállással házhoz megyünk. FONT ANTIKVIÁRIUM 1062 Bp., Andrassy út 56. Tel.: 332-1646 Nyitvat: 10-18-ig. E-mail: fontantikvarium@gmail.com

REDŐNY-RELUXA

AKCIÓK!
Műanyag és alumínium redőnyök 5% kedvezménnyel!
REDŐNY JAVÍTÁSOK. Szűnyoghálók -5%!
Napellenzők akciós áron!
Tel.: 06-1/2624-724
06-30/209-5987, 06-1/409-2229
www.hoffmannredony.hu

SZOLGÁLTATÁS

LAKATOSMESTER! Rácsok, kapuk, kerítések készítése, zárrajavítás, zárszerelés, lakatosmunkák. Tel.: 06-30/299-1211

SZŐNYEG, KÁRPIT

Szőnyeg- és kárpittisztítás
Melegvízes mélymosás, vegytisztítás, szegés, HÁZTÓL HÁZIG javítás
www.szonyegexpressz.hu
280-7574 • 06-30/94-94-360

TÁRSKÖZVETÍTÉS

GARANTÁLT TÁRS szabadidőpartner. Rendezvények, klubestek. Kiss Etelka T.: 06-1/269-4589

TETŐ

TETŐDOKTOR! Régi, hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítása, bádógáz, Lindab tető, új tető cseréje. S.O.S munkák is! Telefon: 06-30/622-5805, 06-20/492-4619

TETŐFEDŐ MESTER vállalkozó, ács munkák. Cseréplemez átrakás, cseréplecezés, csatorna cseréje, kisebb tetőjavítás anyaggal együtt is. Felmérés ingyenes. Azonnali kezdéssel. +36/20-617-2137

TETŐJAVÍTÁS, ÁCSMUNKÁK. Cserepezés Lindab lemezzel és cseréppel. Bádógáz, ereszcatorna. 06-30/899-6270, 06-70/340-1001

ÜDÜLÉS

ŐSI AKCIÓK APARTMANOKBA fürdő 50 m² nap 5 éj szállás, 5 svédasztalos reggeli + 5 vacsora. Idegenforgalmi adóval, garázs, Wifi. CSAK: 23.250 Ft/fő/csomag (min. 2 fő/lakás). Több ajánlat http://hajdusoboszló.jaszbere.hu 30/381-7941

HAJDÚSZOBOSZLÓI KEDVEZMÉNYES ÜDÜLÉS

3 éjszaka **15 000 Ft***
4 éjszaka **18 000 Ft***
7 éjszaka **26 250 Ft***

Tartalma:
✓ korlátlan büféreggeli,
✓ kétfogásos meleg vacsora,
✓ korlátlan wellness.

* Az IFA-t nem tartalmazza.

Telefon: 06 20 318 5238
www.holidayszoboszlo.hu

DISZNÓVÁGÁS BALATONBOGLÁRON! Igazi falusi ízekből korlátlan fogyasztás. Teljes panzió, folyamatos programok. Dec.6-7-8. Friss pecsenye, hurka, kolbász, borkóstoló, este táncolunk, nappal termálfürdő stb. Disznótoros vásár. Transzfer az állomásról. Nyugdíjas kedvezmény 10%. 06/85-353-200, 06/30-9-899-754, www.kentaurbalaton.hu

WC-TARTÁLY, VÍZSZERELÉS

VÍZÓRA TELJES ügyintéssel, villanybőljér, csap javítás, csere garanciával! Tímár Attila 06-20/9537-284

Dinasztiánk harmadik generációja vagyok, aki folytatja a több évtizedes tartó családi hagyományt, a szép tartós értékek felkutatását, felvásárlását. Edesapám a legnagyobb ékszerkereskedő. A tőle tanult sok évtizedes tapasztalatot és az 5-ös minősítésű bizonyítványomat, nemcsak magánszemélyek, de a szállodák is igénybe veszik. Az üzleti élet alapja a becsület! Hiszem, hogy a tisztességes magatartásnak van jövője! Komoly érdeklődők megkeresését örömmel várom.

Arany, ezüst, briliáns, fogarany és órák-, ékszerész hagyaték felvásárlás!
Arany felvásárlás: Fazonarany 20.000 Ft/g-tól (briliánsal díszített 1 karattól)

Herendi, Zsolnay porcelánok
Ezüst dísz tárgyak felvásárlása 100 Ft/g-tól 800 Ft/g-ig

Régi ezüst-, aranypénzek, papírpénzek (forgalomból kivont valuta)
Ékszerek aukciós áron!
Antik arany; Gyémánt; Briliáns

KORREKT, MEGBÍZHATÓ, LEINFORMÁLHATÓ
BUDAPEST FELVÁSÁRLÁS
1117 Kőrös József utca 7-9.
Fehérvári úti Vásárcsarnok fsz., PORCELÁN ÉS EZÜST ÜZLET (virág soron)
Nyitvatartás: H-P: 10⁰⁰-17⁰⁰
06-1/209-4245, 06-20/200-6084
dinasztiagaléria1@gmail.com

SZUPERINFO Hirdetésfelvétel!

Apró- és keretes hirdetését már az alábbi irodákban is feladhatja:

XV., Média 2000 Bt.,
Ivanka Pál u. 13., Tel.: 417-1837, 06-30/201-1951
XVI., XVI. Kerületi Ipartestület,
Margit u. 18., Tel.: 403-0205
XX., Kapucenter, Szűrös-Team,
Határ út 90., Tel.: 1/421-0071, 30/921-3560

AZ ÉV LEGFITTEBB NAPJA!

DECATHLON FittAréna
2019/11/23
BOK SPORTCSARNOK (VOLT SYMA)

200 fellépő
150 óra
20 színpad

f /fittarena, www.fittarena.hu

Hirdetésfelvétel: Telefon: 06-1/887-0707

LÉPJÜNK EGYÜTT IRTÓ GYORSAN!

Ágyipoloska-irtás | Csótányirtás | Hangyairtás
Rágcsálóirtás | Bolhairtás | Darázsirtás
Lakossági és vállalati ügyfeleink részére

Aktuális AKCIÓS
ajánlatunk részletei elérhetőségeinken

DUNATOX
ROVAR- ÉS RÁGCSÁLÓIRTÁS

www.dunatox.hu/akcio
06 30 881 882 8 | megrendeles@dunatox.hu

Üzleti apróhirdetés! 10 szó: 7800 Ft+áfa

Kikapcsoló



Budapestre jön a Judas Priest

2020. július 13-án a Budapest Arénában lép fel vadonatúj show-jával a Judas Priest. 50 évvel ezelőtti debütálásuk óta az egyik legnépszerűbb heavy metál bandává váltak.

Bártfai Barnabás:

Sosem késő...

- avagy a modern technika használata minden generációnak

Könyvünkkel azon hétköznapi embereknek szeretnénk segítséget nyújtani, akik nem abban a korban nőttek fel, ahol a számítógépek és egyéb műszaki eszközök kezelése automatikus volt, így némi útmutatóra van szükségük a számítógép, a telefon, az internetes szolgáltatások és az ezzel kapcsolatos technológiák használatához. Ez a könyv egy olyan útmutató, amely a hétköznapiakban szembejövő leggyakoribb feladatokban segít, akár asztali gépet, akár mobiltelefont használva hozzá, függetlenül attól, hogy a tisztelt olvasó az idősebb generációhoz vagy a középkorúak közé tartozik.



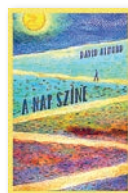
Ma már szinte mindent sokkal könnyebben igénybe vehetünk az új technológiák használatával, legyen az a banki ügyintézés, jegyvásárlás, fordítás, információszerezés, vagy akár kapcsolattartás a rokonokkal, s bár rengeteg időt és pénzt spórolhatunk, mégis sokan ördögtől valónak tartják. Most viszont kézen fogjuk a tisztelt olvasót, lépésről lépésre útmutatót adunk, és közérthető módon bevezetjük a technológiák használatába, hogy ettől kezdve bátrabban merje használni a modern világ eszközeit, még ha nem is minden professzionális módon, de legalább a lehetőségeket ismerve.

David Almond:

A nap színe

Az Andersen-díjas David Almond legújabb regénye! Egy történet a gyász feldolgozásáról, a reményről, és egy 15

éves fiú gondolatairól, emlékeiről és a világgal való kapcsolatáról. Gyönyörű fejlődésregény, amelyet 14 éves kortól legszívesebben mindenkinék megvennénk ajánlunk! „Davie a zöld rágot rágja, összekeveri a szájában a lila maradékkal. Annyira édes, annyira finom. A sokszínű fényre gondol, ami most a testében van, és tetszik neki a gondolat. Megy tovább. Fölfelé megy. Már tudja, hogy meg fogja írni ennek a napnak a történetét.” David Almond regénye a felnőtté válás első próbájával csodálkozik rá a felfedezésre váró világra.



kedvenc képregény-sorozatának, a Bíbor Kapitányéknak legújabb száma várja a postaládában. Azonban csatlódnia kell, ugyanis a képregény címlapján imádott kapitánya helyett Gomori Brúnó, egy teljesen jelentéktelen gonosztevő néz rá vissza.

De mi történik, ha a képregény világa megnyílik, és eljön Gomori Brúnó, vagyis Káoszkreátor, hogy magával

vigye Marcit, akit rejtélyes okból Őrszemnek szólított?

Vajon tényleg azok az igazi hősök, akik ezt állítják magukról?

Mit akar valójában Bíbor Kapitány?

Káoszkreátor képes megváltozni?

Marcinak sikerül megmenekülnie?

Akiódús történet a képregények világából barátságról, hősiességről és arról, hogy néha semmi sem úgy van, ahogy elsőre gondolnánk.



KARÁCSONYI KONCERT

a Belvárosi Főplébánia Templomban
(Bp., V. Március 15. tér - Erszébet-híd pesti hídfő)

2019. december 14., szombat, 19:30–21:00

Bach, Händel, Mozart művei szólnak meg a Belvárosi Kántorátus

(karigazgató: Gesztesi Tóth László) és a Savaria Barokk Zenekar előadásában.

Vezényel: Németh Pál

Jegyek a templom információs pultjánál válthatók hétköznaponként 10-17 óra között, valamint a jegy.hu oldalon.



Jegyárak:

Felnőtt: 2500 Ft

Diák: 1500 Ft

Fejtsd meg rejtélyünket és a megfejtést küldd be címünkre!
Szuperinfó Rejtély, 1132 Budapest, Visegrádi u. 48.,
e-mail: rejtveny@szuperinfo.hu

Beküldési határidő: **2019. november 29.**

A helyes megfejtést beküldők között egy Kedvenc rejtvenylapokból összeállított rejtvenycomagot sorsolunk ki.

A helyes megfejtést és a nyertesek nevét a Szuperinfó 2019. december 5-én megjelenő számában közöljük.

A Szuperinfó 2019/45. heti rejtvenyének megfejtése:

Szabad a szó, szabad a gondolat!

Nyertese:

Magyarné Tóth Irén, Budapest XVIII.

Gratulálunk! A nyereményeket postán küldjük el.

	MON- TAIGNE FRANCIA ESSZÉIRO GONDOL- LATÁNAK 1. RÉSZÉ	A SÁRBAN LÉPKED	TÜZELŐ TRÉFÁS RÉSZLET!	ÖNTENI KEZD! JANUÁRI	ANNÁL MÉLYEB- BEN	ALUL LEVŐ	AMPER, RÓVIDEN	A NITRO- GÉN ÉS A VANÁDIUM VEGYJELE	NEWTON, RÓVIDEN	ENYHE FIGYEL- MEZTETÉS
AHHOZ HASONLÓ							HÚZÓ			J
A PARKO- LÓ JELE			LENT, NÉPIES SZÓVAL ÉRINT				GÖM- BÖLYDED	BORÍTÓ- KOSÁR		
RÓMAI 51-ES				E HELYEN TALÁL- HATÓ SZAKÍT				NŐI NÉV	NORVÉG AUTÓK JELZÉSE	
NŐI HANGFAJ				KENDER- TÖRŐ				AZONO- SAK!	TÖREKVÉS	
NŐI NÉV				NYÁJAT HAJT				VAN ILYEN NYÚL IS		
A DOHÁNY HATÓ- ANYAGA				A MÁJ TERMELI		CSEL- FOGÁS				
HULL, POTYOG				ZUHANY		LÉC- DARAB!	JEGYES			A SZÜ- RET ÉV- SZAKA
NŐI NÉV					MÚLTBELI	LÉLEGZIK	ERRE A HELYRE	ENERGIA ELEGE VAN BELOLE		
					KIEJTETT BETŰ					
					A FIÓKBA REJTÉS					
ENERGIA, RÓVIDEN	K				ZORRO JELE		LABDÁS SPORT			

Ajándékozzon előfizetést!

www.kedvencwebaruhaz.hu



Kikapcsoló



Európai turnéra indul a Korn

A nu metal úttörői 2020 nyarán útra kelnek Európában vadonatúj arenashow-jukkal. Ez a rendkívüli turné Budapesten is látható lesz, 2020. június 9-én, a Papp László Budapest Sportarénában.



Tudsz titkot tartani?

Emma épp elég katasztrófafilmet látott már ahhoz, hogy amikor a repülőgépe viharba kerül, azonnal tudja, le fognak zuhanni. A halál közelsége különös reakciót vált ki belőle: minden, addig féltve őrzött titkát rázúdítja a mellé üülő, jóképű, ám vadidegen férfire. Mikor Emma rájön, hogy földi pályafutása még nem ért véget, csak egy dolgot akar. Minél előbb hazamenni, és soha többé nem találkozni a kedves idegennel. Ám az élet mást tartogat számukra. Kiderül, hogy a férfi Emma legfőbb főnöke, aki most már minden pikáns titkot tud a lányról.

End of the road

A Kiss bejelentette End of the road elnevezésű utolsó turnéjának összes állomását, ahol decibelekre csomagolt látvánnyal, hatalmas produkcióval és legendás dalokkal ünnepelnek majd. Négy és fél évtizednyi szuperlatívuszok után ezen a turnén mond búcsút rajongóinak az ikonikus banda.

A sminkes szörnyek nem kevesebbet kínálnak, mint egy óriási rock show-t pirotechnikával, lézerekkel, hatalmas színpaddal és egy kisvárosnyi lámpaparkkal. Paul Stanley, Gene Simmons, Eric Singer és Tommy Thayer vért és tüzet fognak okádni, rakétákat lőnek ki a



hangszerreikből és a rajongók felett szállnak. A klasszikus sminkjeikben több mint két órán keresztül játsszák azokat a dalokat, amelyek egy egészen új műfajt hoztak létre, és a Kiss-t a Rock and Roll Hírességek Csarnokába juttatták.

A budapesti búcsúkoncertre 2020. július 16-án kerül sor a Papp László Budapest Sportarénában.

Jeremy Kareken - David Murrell - Gordon Farrell:

Mi történt Vegasban

Adott egy világklasszis író, aki hosszú évek után egy zseniális oknyomozó írásművel jelentkezik, amit egy



Fotó: MTI - Szegedvári Zsolt

elit magazin azonnal meg is akar jelentetni.

Adott egy igyekvő, pályakezdő újságíró, aki azt a feladatot kapja, hogy ellenőrizze a szövegben lévő összes adatot. És adott egy főszerkesztő, akinek el kell döntenie, mi a mű sorsa - mivel a cikkben egyre több tényről derül ki, hogy nem felel meg a valóságnak. Hármuk izgalmas, gondolatébresztő és humoros összecsapását követhetjük végig egy Las Vegas-i éjszaka néhány órával a leadás előtt.

A Centrál Színház előadását Ujj Mészáros Károly rendezte.

Irodalmi Múzeumban (V. ker., Károlyi utca 16.).

Vicces felolvasószínházzal bemutatkozik A kalózkapitány papagája, bábozással és játékkal a Sümi-mesék, de lesz népmesés diavetítés, karácsonyi ajándék-készítés is. Kiderül, milyen lehet Az állatok karácsonya, mekkora galibát okoz Kalapos Macska ismét, és ott lesz Geronimo és Tea Stilton is, meg persze új könyveik és a szerzők is, akik dedikálnak a programok után.



Mesékkal ünneplünk!

A Kolibri Kiadó idén vidám, ünnepekre hangolódó programokkal várja a kicsiket és nagyokat karácsonyvárosi eseményén az Első Ünnepi Könyvvásár keretében november 23-án, a Petőfi

SZUPERinfó
IMPRESSZUM

Kiadó: Mai Reklám Kft.
• Szerkesztőség: szerkesztoseg@superinfo.hu • A kiadásért felel: A kiadó ügyvezető igazgatója
• Főszerkesztő: Lizák Anna • Szerkesztő: Budai Klára • Tördelés: Tárcziné Fülöp Hajnalka
• Hirdetést felvétel: hirdetes@superinfo.hu, 1132 Bp., Visegrádi u. 48. • Tel.: 887-0707, fax: 887-0777
• Terjesztés: terjeszt@superinfo.hu • Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt.
Székhely: 8200 Veszprém, Házgyári út 12. • Felelős vezető: Horváth Gábor Ferenc nyomdavezető

ÚJSAJUNK KÖRNYEZETBARÁT,
ÚJRAHASZNOSÍTOTT PAPIRRA KÉSZÜL

A kiadó a megjelentetett hirdetések tartalmáért, azok valódiságáért, harmadik személyeknek okozott jogszérelmet felelősséget nem vállal, az ezzel kapcsolatos jogvitákból keletkező következményeket és határidőket a Megrendelőre hárítja.

Paparazzi rovatunkat megtalálja a 4. oldalon.

Dér Heni: „Aki hozzám fordul, annak örömmel segítek”

rovatunkat megtalálja a 3. oldalon.

Életmód

Túl sok cukrot esznek a gyerekek



A BIZALOM ÜZLETE A LOUIS GALÉRIA!



Hotel Gellért EXKLUZÍV FELVÁSÁRLÁS
December 2. hétfő 10-17-ig
XI. Szent Gellért tér 2. Forrás terem
Minden ügyfelünket vendégül látjuk!

FELMENT AZ ARANY ÁRA!
ARANY AKÁR 9500-18 600 Ft!



Törtarany és fazonarany felvásárlás!

Kimagasló áron keresünk arany zsebórákat akár 200 000–600 000 Ft-ig!



(Egyedi
akár 1 M Ft)
Nem baj, ha nem
működik.

**Karórákat, zsebórákat, faliórákat vásárolok! Keresek Angelus,
Heuer, Marvin, Doxa, Bovet, Tavannes, Breitling, Vetta acél
stopperos órákat 100 000–300 000 Ft-ig! (akár hibásat is)**



CARTIER
Acél: akár 80 000 Ft
Arany: akár 100 000 Ft

**ROLEX OYSTER
CHRONOGRAPH**
Acél: akár 1 000 000 Ft
Arany: akár 1 500 000 Ft

**I.W.C.
SCHAFFHAUSEN**
Acél: akár 250 000 Ft
Arany: akár 500 000 Ft

**OMEGA
CONSTELLATION**
Acél: akár 100 000 Ft
Arany: akár 200 000 Ft

**VACHERON
CONSTANTIN**
Acél: akár 500 000 Ft
Arany: akár 1 000 000 Ft

**PATEK PHILIPPE
1930-AS ÉVEK**
Acél: akár 1 000 000 Ft
Arany: akár 2 000 000 Ft

**1 vagy 3
rézsúllyal működő
faliórát keresek.
(balra felhúzás
előnyben)**

**Falióra
200 000–
600 000 Ft-ig!**

**MINDENT EGY HELYEN!
KÉSZPÉNZÉRT
VÁSÁROLUNK!**

✓ Forgalomból kivont valuták, régi pénzek (papír-fém), ✓ Herendi, Meissen, Alt Wien porcelán, ✓ Zsolnay, Kovács Margit, Kiss Roóz, ✓ Bronz szobrok, vázák, ✓ Régi üveg disztárgyak, ✓ Ezüst disztárgyak: kukortartó, gyümölcsbűzlő, cukor-só szóró, étkezés (hiányos is), tálca, gyertyatartó, 100 gr feletti ezüst ékszerek, ✓ Fazonarany, törtarany, antik arany kimagasló áron, ✓ Brilles ékszerek, ✓ Nagy méretű csillárok, ✓ Festmények (kisebb-nagyobb), ✓ Ikonok, ✓ Antik bútor, tükrös vitrin, Thonet bútor, ✓ karóra, zsebóra, asztali óra, fali és álló óra, ✓ Színházi kellékek: lornyon, antik bizsu, sétapálca ezüst vagy csont fogantyúval, táncrend, levelezőlap, ✓ Sárga színű borostyán, ✓ Agancsok, ✓ Hagyaték (nagy értékű előnyben)

BOROSTYÁN VÁSÁR!

**Karamellszínű
golyós láncot vásárolunk!**

5000–15 000 Ft



**Napsárga
golyós láncot vásárolunk!**

40 000–120 000 Ft

Louis Galéria: Bp., II. Margit krt. 51–53. • Tel.: 06-1/316-3651, 06-30/944-7935

E-mail: lakatos@mconet.hu (A 4-es, 6-os villamosról a Mechwart liget megállónál kell leszállni)

Nálunk az értékbérlés, szaktanácsadás 40 éves szakmai tapasztalattal INGYENES!

Weblap: louisgaleria.hu